



Lauwarmer Hummersalat mit Linsenvinaigrette

- **Schwierigkeitsgrad:**Mittel
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 30m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '30m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " });
```

Für einen besonderen Anlass! Leicht, edel und „Sterne verdächtig“

Zutaten

- 2 Hummer á 500 g, gekocht
- 40 g rote Linsen, ab gespült
- 2 Tomaten, gebrüht, geschält, entkernt, in kleinen Würfelchen
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Endivie Salat (Hand voll)
- 4 El Weißweinessig
- 1 Tl Estragonessig
- 60 ml Olivenöl
- 80 ml Nussöl
- 1/2 Bund frischer Estragon
- 1 Tl getrockneter Estragon
- Salz
- 1 Prise Zucker
- Weißer Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Linsen in kochendem Salzwasser 5 - 6 min. kochen, abgießen, kalt abschrecken. Die Hummerscheren und - Schwanz vom Rumpf trennen, den Hummerschwanz der Länge nach halbieren. Das Fleisch auslösen und den schwarzen Darm entfernen.

Schritt2

Die Gelenke von den Scheren trennen, mit einer Küchenschere an den Außenseiten aufschneiden,

das Fleisch auslösen. Die Scheren mit einem schweren Messerrücken anschlagen, das Fleisch auslösen, das Chitinblatt entfernen, in mundgerechte Stücke schneiden.

Schritt3

Die Vinaigrette: Aus Weißweinessig, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, je 5 El Olivenöl und Nussöl eine Vinaigrette rühren und die Hälfte mit den Linsen marinieren, den Rest über das Hummerfleisch geben, marinieren.

Schritt4

Das Estragonöl: Die Estragonblätter mit getrocknetem Estragon, Salz, Pfeffer, restlichem Öl und Olivenöl sowie 3 El Wasser mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Die Hummerstücke kurz im Backofen lauwarm erwärmen. Die marinierten Linsen, Tomatenwürfel, Frühlingszwiebelringe (das Weiße von 2 kleinen Stangen Frühlingszwiebeln, in feinen Ringen) und die Frisèe - Blättchen mengen, marinieren.

Schritt5

Anrichtevorschlag: Auf Vorspeisentellern „mittig“ anrichten, darüber die Hummerstücke verteilen, das Estragonöl darüber träufeln und mit knusprigem Brot zu Tisch geben.

Rezeptart: Vorspeisen, Warme Vorspeisen **Tags:** hummer, linsen

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lauwarmer-hummersalat-linsenvinaigrette/>